மூலிகை மணி

மலர் 10] அனந்த ஆடு — புரட்டாசி மீ [இதழ் 11

வேளூர் மருத்துவர் :- ஆ. இரா. கண்ணப்பர்

[176-வது மூலிகை]



[விலை 50-

அரி அரச் சந்திரப் பூண்டு

உ

முருகா.

'மூலிகை மணி'

(சித்த மருத்துவ மாத இதழ்)

ஆசிரியரும் அச்சிட்டு வெளியிடுபவரும்,

வேலூர் மருத்துவர் ஆ. இரா. கண்ணப்பர், R.M.P.

ஆண்டு சந்தா ரூ. 6—00 தனி இதழ் : 50-காசு

புரட்டாசி இதழில்

தொலைபேசி எண் : 726 த. பெ. எண் : 126

59, மாசிலாமணி முதலி தெரு, வேலூர்-.1 (வ. ஆ.)

உ

முருகா.

குறை பொடி செய்யவா !

பல்லவி

அழகென்னும் வடிவான வடிவேலனே—உன்
அருளென்னும் புகழ்பாட அருள்வாயப்பா—அப்பா
(அழகென்னும்)

அனுபல்லவி

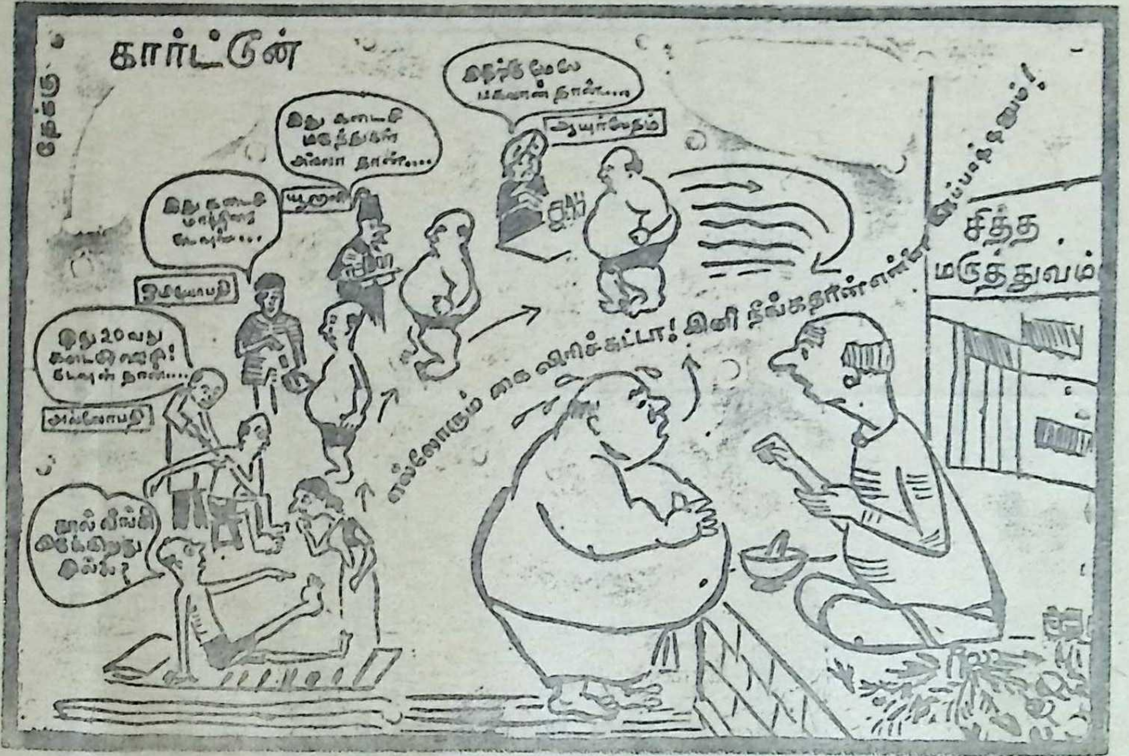
தொழுவார்கள் துயர்தீர்க்கும் தூயா வேலா உன்னை
வழுவாமல் தொழுதற்கே அருள்வாயப்பா
(அழகென்னும்)

சரணம்

அருண கிரியார்க் கன்றருள் புரிந்தவா—நின்
கருணையால் நக்கீரர் சிறை மீட்டவா
பொருமைக் கரைமுனிக்கும் பொருள் சொன்னவா உன்னை
வருணிக்க வகையான சொல்லோதையா
(அழகென்னும்)

இகழ்வார்க்கும் இன்னருள் புரியும் வேலா—உன்னை
புகழ்வார்க்கு அருள் புரியத் தடையேதையா
பகழிக்கூத்தர் குறை பொடி செய்தவா—உன்னைப்
புகழும் பக்தர் குறை பொடி செய்யவா !
(அழகென்னும்)

[தூத்துக்குடி. ஜெயராஜ்.]



கார்ட்டூன்
அல்லோபதி
யூனானி
ஆயுர்வேதம்
சித்த மருத்துவம்
எல்லோரும் கை விரிச்சுட்டா! இனி நீங்கதான்

ஐந்துகரத்தனை யானைமுகத்தனை இந்தினிளம்பிறை போலுமெயிற்றினை
நந்திமகன்றனை ஞானக்கொழுந்தினை புந்தியில் வைத்தடி போற்றுகின்றேனே.

மூலிகை மணி

எல்லோரும் இன்புற்றிருக்க நினைப்பதுவே
அல்லாமல் வேறொன்றறியேன் பராபரமே. — (தாயுமானவர்)

மலர் 10] ஆனந்த ௵—புரட்டாசி ௴ செப்-74 [இதழ் 11

சித்த மருத்துவ இயக்குநர் சிந்தனைக்கும்-செயலுக்குரிய தலையங்கம்

சித்த மருத்துவ வார விழா

அந்நிய மருத்துவங்களின் ஆதிக்கம், ஆட்சியாளர்களின் ஒதுக்கல், தமிழ் மருத்துவர்களின் அவல நிலைமை, இதுபோன்ற பல்வேறு காரணங்களால், 'சித்த மருத்துவம்' ஏறக்குறைய 400 ஆண்டுகளாகவே மக்கள்மன்றங்களிலும்—மனங்களிலும் இருந்து, மறைந்தும்—மறைக்கப்பட்டும் வந்தது.

ஆனால் கடந்த இரண்டாம் உலகத் தமிழ் மாநாட்டில் தி. மு. க. ஆட்சியாளர்களின் ஆர்வத்தின் காரணமாக மறுபடியும் சித்த மருத்துவத்தினைப்பற்றிய ஒரு எழுச்சி, மக்கள் மன்றத்தில் எழுந்தது—எழுப்பப்பட்டது பாராட்டுக்குரியதானாலும், அப்படி எழுந்த—எழுப்பப்பட்ட அவ்வெழுச்சி, அதே வேகத்தில் அடங்கிப் போய் விட்டதோ—என எண்ணுமளவுக்கு மறுபடியும் 'மக்கள் மன்றத்தில்' ஆட்சியாளர்கள், 'சித்த மருத்துவம்' பற்றி விளம்பரப் படுத்தவில்லை — என்பதை குற்றச் சாட்டாகவே சுட்டலாம்—உரிமையின் காரணமாக.

ஏறக்குறைய கடந்த ௬ ஆண்டு காலமாக, தி. மு. க. அரசு, அதிலும் குறிப்பாக, நலத்துறை அமைச்சர் அன்பழகரின் காலத்தில், சித்த மருத்துவம் குறிப்பிடத்தக்க—பாராட்டத்தக்க வகையில் வளர்ச்சி பெற்று வருகிறது. எனினும், இவ்வளர்ச்சி பற்றி மூலிகை மணி—நந்தி போன்ற மருத்துவ இதழ்களில்தான் எதிரொலிக்கப் படுகிறதே யொழிய, மற்ற பத்திரிகைகளிலோ—அல்லது அரசின் சார்பிலோ, மக்களிடையே விளம்பரப் படுத்தப்பட்டதா என்றால், 'இல்லை' என்பதுதான் திட்டவட்டமான பதில். 'ஏன் இந்த நிலை?'' என்ற கேள்வியை அரசை

நோக்கி கேட்கத் தோன்றுகிறது.

'குடும்ப நலத்திட்ட இருவார விழா'', 'சமுக நல திட்ட வார விழா', 'கண்ணொளி வழங்கும் முகாம்' என்றெல்லாம் ஆண்டு முழுதும் விழாக்களை நடத்தும் தமிழக அரசு நலத் துறையினர்,

''சித்த மருத்துவ வார விழா''

என்று ஏன் நடத்தக் கூடாது?

உன்னதமான வளர்ச்சி பெற்றுள்ள ''அரசினர் பொது மருத்துவ மனைகளில்'' கூட ஆண்டுக்கு பல்வேறு பெயர்களில் 'மருத்துவ கண் காட்சியும்—கருத்தரங்குகள்' நடத்தப்படும்போது, புனர் வாழ்வும்—புது மலர்ச்சியும் பெற்று வரும் சித்த மருத்துவ மனைகளில் ஏன் இத்தகைய மருத்துவ கண்காட்சியும் — கருத்தரங்குகளும் கடந்த ஆண்டுகளில் நடத்தப்படவில்லை?

இந்த வினைக்களுக்கு விடையை தற்போதய சித்த மருத்துவ இயக்குநர் டாக்டர். பு. மு. வேணுகோபால் அவர்கள்தாம் அளித்திட வேண்டும். ஏனெனில், இதற்கு முன்பிருந்த இயக்குநர்கள் அப்பதவியை அலங்கரித்தார்கள் எனக் கூறலாமே தவிர, அப்பதவியின்—மூலம் சித்த மருத்துவத்தை அலங்கரித்தவர்கள் எனக் கூற இயலாது. அவர்கள் சென்ற வழியில் டாக்டர். பு. மு. வேணுகோபால் நிச்சயம் செல்ல மாட்டார் என்பது மூலிகை மணியின் திடமான நம்பிக்கை. எனவே இயக்குநர் அவர்கள், மேற்கண்ட வினைக்களுக்குரிய பதிலை, வெற்றுரையாகத் தராமல் இவ்வாண்டு இறுதியிலேயே,

''சித்த மருத்துவ வார விழா''

என்று பெயரிட்ட ஒரு விழாவினை அவரின் கீழ் இயங்கும். மருத்துவ மனைகள்—கல்லூரி, மற்றும் நகராட்சிகள், பஞ்சாயத்து யூனியன்களில் நடத்த விரிவாக ஒரு திட்டமிட்டு நடத்த வேண்டுகிறோம். இவ்விழாவில் முதல் அமைச்சர், மூலிகை மணி போன்ற மக்களிடையே புழங்கும் நிறுவனங்களையும், சித்த மருத்துவ சங்கங்கள், தமிழறிஞர்கள், மடாதிபதிகள், தொழிலதிபர்கள், மாணவர்கள், தொழிலாளிகள் ஆக அத்தனை பிரிவினரையும் ஒருங்கே கூட்டி நடத்தும் விழாவாக நடத்த வேண்டும்.

சித்த மருத்துவக் கண் காட்சி, கருத்தரங்கு, சித்த மருத்துவ நூல்கள் வெளியீடு மூலிகைக் கண் காட்சி, நோய்களைப்பற்றிய ஆய்வுரைகள் போன்றவற்றை வெளிப்படுத்தும் முறையில் விழா அமைதல் வேண்டும். சுருக்கமாகக் கூறினால்,

'சித்த மருத்துவ வார விழா—வரலாறு காணாத வார விழாவாக'' அமையும் வகையில், தற்போதைய இயக்குநர் திரு. வேணுகோபால் அமைச்சர் அன்பழகருடன்—கலந்து செயலாற்றி—இந்திய மருத்துவ இயக்குநர் பதவிக்கு தனி முத்திரையை — தன் முத்திரையாக இடல் வேண்டும் என மூலிகை மணி கோருகிறது.



அரி அரசந்திரப் பூண்டு

(176-வது மூலிகை)

தமிழ் நாட்டில் இப்படி பெயர் கொண்ட மூலிகையும் இருக்கிறது. இது ஒரு கொடி வகை இனம். ஏறத்தாழ முசு முசுக்கை கொடியின் வடிவத்தைக் கொண்டது. காய் பச்சை நிறமாகவும், பழம் பச்சை நிறமாகவும் மாறும். இந்தக் கொடியை ஆடு, மாடுகள் தின்றால் வயிற்றுப் போக்கு உண்டாகி, கரு இருந்தாலும் கரைந்து வெளியேறும். பொது வாக இது மாட்டு வைத்தியத்துக்கு பயன் தரும் மூலிகையாக அமைந்துள்ளது. இதற்கு அதிக உஷ்ணத்தை உண்டாக்கும் செய்கை யும், குடலில் அழற்சி உண்டாக்கும் செய்கை யும் இருக்கிறபடியால் பொதுவாக யாரும் இதனை உள்ளுக்குப்பயன்படுத்துவது இல்லை.

இதன் சிவப்பான பழத்தை எடுத்து நல் லெண்ணெய் சேர்த்து காய்ச்சி தலை முழுகி வர, பைத்திய ரோகம் விலகும் என்று கிராம மக்கள் கூறுகின்றனர். பெண்கள் இதை தலை

முழுகினால் பைத்திய ரோகம் போனாலுங்கூட அடுத்து குழந்தை பேறு உண்டாகும் போது ஆணும் பெண்ணும் அற்ற அலி குழந்தை பிறக்குமாம்! இதன் இலைகளை அரைத்து கட்டிகளுக்கும் வீக்கங்களுக்கும் மேலுக்கும் பூச அவை விரைவில் கரையும். இந்த மூலிகைக்கு ஐயனார் (ஹரிஹரன்) என்ற பெயர் வந்ததால் இது ஒரு மாந்தரீக மூலிகையாகவும் கிராம மக்கள் இதை கருதுகின்றனர்.

* * * * *

சித்தர் கொள்கை

சித்தர்கள் ஒவ்வொருவரும், தாங்கள் எழுதியுள்ள நூல்களாகிய வாதம், வைத்தியம், யோகம் ஞானம் இவைகளின் விஷயங்களில், தாம் கொண்ட கருத்தின் கோட்பாடுகளை தெளிவாகக் கண்டிருக்கிறார்கள். மேற்கண்ட நான்கு வகைகளில், ஒவ்வொன்றிலும், அவர்கள் கருத்தின் கோட்பாடுகளை அடியிற் கண்டபடி சுருக்கமாக விவரிக்கப்பட்டுள்ளன.

வாதம்

1. வாதி முக்கியமாம் தெய்வ பக்தி யுள்ளவனாயிருக்க வேண்டும். ஆகவே வைராக்கியம், தயாளம், தருமம், மேலான மன சுத்தம் ஆகிய இக்குணங்கள் அவசியமானது.

2. இவனுக்கு பணம் அல்லது பொன் பேரில் இச்சையே இருக்கப்படாது.

3. இவன் பிறவியிலேயே சோதிட கிரகங்களின்படி வாதிக்குள்ள சக்திகள், பூர்வ கருமானு சாரப்படி அமைந்துள்ளவனா யிருக்க வேண்டும்.

4. எப்படி ஒரு குழந்தை கர்பத்தில் தரிக்கும்போது, பஞ்ச பூதங்களின் உறவு பிரதானமோ, அதே மாதிரி வாதம் சித்திப்பதற்கு மேற்கண்ட ஐம் பூதங்களின் உறவு கிரமப்படி அமைய வேண்டும். இதில் தவறுதல் ஏற்பட்டால், கருவிலிருக்கும் சிசு எப்படி சிதைந்து போகுமோ, அதுபோல, வாதம் முறைகளும், முறை பிசகினால் சித்தியாகாது.

வைத்தியம்

1. இயற்கையில் ஏற்பட்ட விதிகளை சரிவர தெரிந்துகொள்ளாமலும், அதற்குண்டான உண்மை யறிவை செலுத்தாமலும், செய்யும் வைத்திய யமானது எப்பொழுதுமே, கொள்கையும், அபிப்பிராயத்தையும், மனப் போக்கையும் மேற்கொண்டதாக இருக்குமே ஒழிய, உள்ளபடி நோய் களை நிவர்த்திக்கும் குணம் வாய்ந்ததாய் இருக்கவே இருக்காது.

2. சித்தர்களின் கொள்கைப்படி, மனிதனுக்கு நோய்கள் ஏற் படுவதெல்லாம் துஷ்ட தேவதை அல்லது கிரகக் கோளாறுகளினுலே ஒழிய வேறல்ல. ஆகவே, இத்தகைய கெட்ட கோளாறுகளை தடுக்க வேண்டி அனேக நூதனமான விதிகளையும், அனுஷ்டானங்களையும், மாந்திரிக, மனோவசியக் கிரியைகளையும் தங்கள் நூற்களில் காட்டியுள் ளார்கள்.

3. மனிதன் தன்னுடைய சொந்த சக்தியினுல் ஒன்றும் செய்து விட முடியாது. ஏனெனில் தனக்கு ஏற்படும் நம்பிக்கையின் ஆதரவினுல் தான் ஒவ்வொரு காரியமும் சித்தியாகும். இது வைத்தியனுக்கு முக்கிய மாய் தெரிய வேண்டிய விஷயம்.

4. வியாதிகள் இயற்கையில் தாஞகவே உண்டாகிறது, தாஞக வேதான் அவ்வியாதிகள் குணப்படுகின்றது. ஆகவே, வைத்தியர்கள் மனிதனுக்கு சுபாவத்தில் ஏற்படும் குற்றங்கள், என்ன விதமாய் ஏற் பட்டதென்பதை அரிய வேண்டும்.

5. வியாதிகளும், மற்ற அசம்பாவங்களும், கிரக தோஷங்களி ஞலும், பூர்ம கருமானு சாரத்திஞலும்தான் ஏற்படுகிறது என்பதை சித்தர்கள் பூரணமாக தெரிந்துள்ளார்கள்.

6. ஒரு நோயாளிக்கு சிகிச்சை செய்வதற்கு முன்னதாகவோ, வைத்தியன் நோயாளியின்சாதகப்படி கிரக நிலைகள் தெரியவேண்டியது முக்கியம். ஆகவே தெரிந்த பிறகுதான் வைத்தியம் செய்ய ஆரம்பிக்க வேண்டும்.

யோகம்

1. ஒரு யோகியானவன், பரகாய பிரவேசம் அதாவது பிறரு டைய உடம்பிற்குள்தான் புகுந்துவிடக்கூடும். இறந்த பிரேதத்தில்கூட பிரவேசிக்கலாம். பிறகு இவ்வுடம்போடு எழுந்து இங்கும் மங்கும் கூட திரியச் செய்யலாம். அன்றியும் புதிதாக மனிதரை சிருட்டிக்கலாம், மனதையும் உண்டாக்கலாம், இதை 'சிருட்டித்த உடம்பு', 'உண்டாக் கின மனது' என்று கூறப்படும்.

2. யோகப்பியாசம் ஒன்றினல் தான் பிறப்பை வெகு சீக்கிரமாக வும் சுருக்கமாகவும் முடித்து கொள்வதற்கு குறுக்கான வழி. இத்தகைய யோகம் ஒரு குரு இருந்து தொட்டுக் காட்ட வேண்டும்; அப்படி இல்லா விட்டால் உடம்பிற்கு கெடுதி ஏற்பட்டு சௌகரியம் உண்டாகாது.

3. பரிசுத்தமான மனதே. யோக விஷயத்தில், ஒரு குருவாக தனக்குள் நின்று காட்டி கொடுக்கும். ஏனெனில் தெய்வ பக்தி மேலுக்கு ஓங்க தன்னைத் தானறிவதற் குண்டான அறிவு விளக்கமும் மேம்பட விருத்தியாகும். அப்போது அந்த உயர்நிலை பெற்ற மனதே குருவாக நிற்கும்.

4. பஞ்ச பூதங்களை யோகி தன் ஆளுகைக் குள்ளாக்கலாம். ஆகவே இயற்கையிலுண்டான பேதங்களையும் மாற்றலாம். சிருஷ்டி வகையில் எல்ல விதமான ரூபமும் எடுக்கலாம். தன்னுடைய உடம் பையே போக்கவும் செய்யலாம், மறுபடியும் ஆக்கவும் செய்யலாம்.

5. குண்டலினிக் குள்ளே வலிவும் நரம்பு சக்தியும் தகுந்தபடி இல்லாவிடில் இருதயம் துடிக்காது. நுரையீரல் மூச்சு விடாது, உடம்பில் இரத்த ஓட்டம் உண்டாகாது. மற்ற உறுப்புகளும் தனக்குரிய இயற்கை தொழில்களை முடிக்கவே இயலாது.

6. மனிதருக்கு இயல்பிலே தங்களுக்குள் உண்டான காந்த சக்தி யினுல் உலகத்தாரை தன வசமாக்கவும். ஒரு தேசத்து வகுப்பினர்களை தன் ஆட்சிக்குள்ளாக்கவும் செய்யலாம். இதற்கு சாதாரணமாக பிராணுய மத்தினுல் உண்டான வலிவே காரணமாகும். உதாரணமாக ஐரோப்பாவிலிருந்த நெப்போலியன், அமெரிக்காவில் ஆப்ரகாம்லிங்கன், தற்காலத்திய முசோலினி, ஹிட்லர் இவர்களுக்கெல்லாம் உண்டான காந்த சக்தியே காரணம்.

ஞானம்

1. உலக சிருஷ்டியில் மனிதன் ஒருவனுக்கே, எல்லாவித சக்தி களும் உடம்பினுள் மறைந்துள்ளது. இச்சக்தியால் மனிதனை கடவுளின் ஆற்றலுக்குச் சமமாகவே சொல்லலாம். ஆனுல் மனிதனே இப்படியுள்ள சக்தியை கொஞ்சமேனும் கவனியாது தன்னுடைய முயற்சியினுல்அதை வசமாக்கிக் கொள்ள வழி தெரியாததே ஒரு பெருங்குற்றமாகும்.

2. மனிதனுக்கு இயல்பிலே இருக்கும் பூர்ண சக்தி, மாயையினுல் மறைக்கப்பட்டு சரியான பாதையிற் செல்லஒட்டாமல் தடுக்கும். அப்படி தடுக்காதபடி செய்து விட்டால், இயற்கை சக்தியானது தனது பூரண வலிவைக் காட்டும்.

3. நமது உடம்பில் உள்ள உயிர் இருக்கவும், நிலைபெறவும் கார ணமாகவுள்ள ஆத்துமாவிற்கு, இது விஷயமாக அனேக ஆதரவுக ளுண்டு அவைகளாவன—பஞ்ச பூதங்கள். ஆருதார நிலைகள், மூன்று நாடிகள், முக்குணங்கள் இவை முதலான 96 தத்துவங்கள்.

நோயும் - மருந்தும்

[இப் பகுதியில் வாழ்க்கைக்குப் பயன் தரும் எந்தவித கேள்விகளும் இடம்பெறும். கேள்வி கேட்பவர்களின் பெயர் அவசியமிருந்தாலன்றி வெளியிடப்பட மாட்டாது. எல்லோருக்கும் பயன்படும் கேள்விகள் எதுவாயினும் சரி, அவைகட்கு முதலிடம் தரப்படும். இப் பகுதியில் ஐந்து ஆண்டுகளாகத் தொடர்ந்து வந்த கேள்வி — பதில்களை மருத்துவ சம்பந்தப்பட்ட வரையில் தனியாக "நோயும்-மருந்தும்" எனத் தனி நூலாக வெளியிடப்பட்டுள்ளது. தேவையுள்ள அன்பர்கள் முன்பணம் மணியாடர் அனுப்பி பெறலாம். சினிமா சம்பந்தப்பட்ட கேள்விகள் கவனிக்கப் பட மாட்டாது. கூடிய வரையில் மருத்துவம், சமூகம் சமயம் பற்றிய கேள்விகளுக்குத் தான் முதலிடம்]

கே: என் தம்பிக்கு வயது 11 கொஞ்சகாலமாக அவனுக்கு சில நேரங்களில் உணர்வே இல்லாமல் போய் விடுகிறது. கண்களை யெல்லாம் ஒரே பார்வையாக பார்க்கின்றான். கை கால் விரைத்துக் கொள்கின்றது, வாயில் நுரை தள்ளுகிறது. இப்பொழுது கை, கால்களும் இழுப்பு வருவது போல் அமைக்கின்றான். இதற்கு தக்க மருந்து சொல்லும்படி மிக தாழ்மையுடன் கேட்டுக் கொள்கிறேன். அப்படியே படுக்கவைத்து விட்டால் எழுந்ததும் சரியாகி விடுகிறது.

ப: இது கப சம்பந்தப்பட்ட வியாதி! கடினமானதுதான்! பையனை உஷ்ண அறையில் வைத்துக் கொண்டு குளிர்ச்சிப் பதார்த்தங்களை நீக்கி சூடான பதார்த்தங்கள் கொடுக்கவும். இதற்கு முறையான மருந்து கஸ்தூரி மாத்திரை, கோரோசனை மாத்திரை.

கே: ஐயா, நான் திருமணம் ஆனவள். எனக்கு வயது 30 ஆகிறது. என் முடி கூடு கூடாக் கழிகிறது தலை மெதுவாக இல்லை

எவ்வளவு எண்ணெய் தேய்த்தாலும் தேய்த்தது போல் இல்லை. முடி நடு நடு என்று இருக்கிறது. தலை மிருது கொடுத்து செழிப்பு வளர என்ன செய்யவேண்டும்? தயவு செய்து தாங்கள் ஒரு தைலம் கூறவும்.

ப: மண்டை வறட்சியாக போயிருக்கும், வாரம் இருமுறை நெல்லிக்காய் தைலம் தேய்த்து முழுக வேண்டும்- தினமும் அவுரித் தைலம் தடவிவர முடி உதிருவது நிற்கும். இருந்தாலும் நேரில் ஒரு முறை காண உடம்பின் தன்மைகளறிந்து உள்ளுக்கு மருந்து தர பூரண குணமாகும்.

கே: என் மகளுக்கு 4 வயது ஆகிறது. அவளுக்கு மலம் சரியாக கழிவது இல்லை அதனால் மந்தம் ஏற்படுகிறது மந்தம் ஏற்பட்டதும் காய்ச்சல் வந்து விடுகிறது. காய்ச்சல் வந்ததும் இழுப்பு வந்து விடுகிறது அதனால் மந்தம் வராமல் இருப்பதற்கு என்ன செய்ய வேண்டும்? தயவு செய்து தங்கள் மூலிகை மணியில் ஒன்று சொல்லவும். வேப்ப எண்ணை வாங்கி இஞ்சி வெள்ளப்பூண்டும் தட்டி சாறு எடுத்து காய்ச்சி உள்ளுக்கு கொடுக்கலாமா விளக்கம் தேவை.

பதில்: நாலு வயது குழந்தையாக இருப்பதால் வேப்ப எண்ணை முறை கூடாது. நிச்சயம் கபம் சளி இருக்கும். அதை கரைக்க ஒரு கஸ்தூரி ஒரு கோரோசனை மாத்திரையுடன் தேன் கொண்டு குழைத்து தினமும் காலை வேளையில் கொடுத்துவர கபம் நீங்கி இழுப்பு அடியோடு நின்று விடும்.

கே: என் அக்காள் மகளுக்கு வய்து 27 ஆகிறது. அவள் பாதத்தில் ஊரல் இருந்தது சொரிந்து விட்டாள் மறுநாள் வேக்குரு போல் இருந்ததாம். அதிலிருந்து தண்ணீர் வடிந்தது மறுநாள் முத்து போல் தண்ணீர் கோதிக்கொண்டு அதிலிருந்து தண்ணீர் வடிந்து புண்ணாகி விட்டதாம். எவ்வளவு மாத்திரை சாப்பிட்டும் பயன் இல்லை. பத்தியத்திலும் மருந்து சாப்பிட்டாள் இன்னும் நல்ல குணம் ஆகவில்லை. ஒருமாதம் வரை வராமலிருக்கிறது பிறகு முன்போல் வந்து விடுகிறது. வந்தால் ஊரல் தாங்க முடியவில்லை என்று சொல்கிறாள். காந்தல் இருக்கிறது என்று சொல்கிறாள். அதனால் என்ன வியாதியாக இருக்கும் என்று தாங்கள் இதற்கு ஒரு மருந்து கூறவும்.

ப : உடம்பில் கெட்ட நீர் இருப்பதால் சொறிந்தவுடன் புண்ணுகி சர்ம ரோகம் காணும். இப்படித்தான் உங்கள் மகளுக்கு வந்திருக்கிறது. பூவரச பழுப்பு இலையை எடுத்து சொறிந்து புண்ணுகி நீர் வடியும் இடங்களில் வைத்து நான்கு நாள் கட்டிப் பார்க்கவும். அது குணம் ஆகவில்லையென்ருல் எங்கள் மகா மூலிகை எண்ணெ ஒருமுறை சாப்பிட்டாலே அகன்று விடும் !

கே : ஐயா, எனது பெண் வயது 16 கடந்த 3 மாதங்களாக சளி பிடித்து மூக்கில் நீர் சுரந்து, படுத்தால் தொண்டை, மூக்கு, காது ஆகியவற்றில் அரிப்பு எடுத்து, தும்மலும் வருகிறது. வாய் புண்ணுகிறது. தூதுவளை, மணத்தக்காளி சேர்த்தும் குணம் காணவில்லை. தலை பாரமாக உள்ளது. மாறி, மாறி கண், காது, தொண்டை முதலிய இடங்களில் உபத்தரவம். ஆகையால் தயவு செய்து மூலிகை மணி வாயிலாகவே மருந்து சொல்ல வேணுமாய் கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

ப : தூதுவளைக் கஷாயம் பாலில் கலந்து இருவேளை தினம் இரு வாரம் கொடுக்கவும். குணம் இல்லையாயின் நேரில் வரவும்.

கே : ஐயா, சென்ற ஐந்து வருடங்களுக்கு முன் எனக்கு அடிக்கடி சளி பிடித்து அது வரட்டு இருமலாக மாறி தொல்லை கொடுத்துக் கொண்டிருந்தது. அதற்கு அவ்வப்பொழுது உள்ளூர் மருத்துவரிடம் சிகிச்சை பெற்றேன். சென்ற 5 வருடங்களாக ஒவ்வொரு ஜுலை மாதமும் எவ்வாருே இளைப்பு வந்து விடுகிறது. ஜூன் முதல் செப்டம்பர் வரை இப்பகுதியில் சாதாரணமாக மழைக்காலம் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது. மாலை நேரங்களிலும், அதிகாலைப் பொழுதிலும் இருமல், தும்மல் போன்று சில நேரங்களில் சில மாதிரியாக இருக்கிறது. இதற்கு நான் என்ன செய்ய வேண்டும் என்பதற்கு தங்கள் அறிவுரையை வேண்டுகிறேன்.

ப : இரப்பை சம்பந்தப்பட்ட இந்த வியாதிக்கு, ஆங்கில மருத்துவத்தில் 'ஆஸ்துமா' என்று தான் கூறுவர். நீங்கள் எழுதியதைப் பார்த்தால் நாள்பட்ட நோயாக இருக்கலாம். ஆடா தோடை தூதுவளை இவைகளைக் கொண்டு கஷாயம் இட்டு தினமும் குடித்து வர உப சாந்தியாகும். மேலும் நேரில் வந்தால் முற்றும் குணம் பெறும்.

கே: எனக்கு வயது இப்பொழுது பத்தொன்பது என் கீழ் தாடையின் இறுதி பல் ஒன்று சொத்தையாகி மாறி விட்டது. சற்று மூன்று மாதங்களாக வலி இருந்து வருகிறது. நான் நாட்டு வைத்தியர் ஒருவரை நாடி அவர் மூலம் அவர் கொடுத்த மூலிகையைத் தின்று அப்பல்லின்மேல் அடக்கி வைத்திருந்தேன். வலி இப்போது சற்று குறைந்து விட்டது. உணவு சாப்பிட்டால் அப்பல்லின் மீது காரம் பட்டதும் வலி ஏற்படுகிறது. மேலும் அப்பல் அமைந்திருக்கும் தாடை பக்கம் எந்த பொருளும் உட்கொள்ள முடியவில்லை. நீங்கள்தான் ஒரு வைத்தியம் கூறவேண்டும். ஆங்கில மருத்துவர் பல்லை பிடுங்கி விடச் சொல்கிறுர். பல்லை பிடுங்குவது நல்லதா? கெட்டதா?

ப: முதலில் பார்த்த வைத்தியரையே கண்டு ஆலோசனை பெறவும். பல்லை பிடுங்குவது நல்லதல்ல.

உடல் காங்கை தீர

அறுகம் வேர், நெருஞ்சில் வேர், முருங்கை ஈர்க்கு இம்மூன்றும் வகைக்கு ஒருபிடி எடுத்து, பொடியாக நறுக்கி இளஞ் சூடாக வறுத்துக் கொள்ளவும். சீரகம், மிளகு, கசகசா இவை வகைக்கு 20 கிராம் எடுத்து கல், மண், தூசி நீக்கி இளஞ்சூடாக வறுத்துக் கொள்ளவும். மேற்கண்ட வேர்களுடன் இதனையும் கலந்து, ஒரு மண் சட்டியில் போட்டு, இரண்டு லிட்டர் தண்ணீர் விட்டுக் காய்ச்சவும். கால் லிட்டராக குறுக்கக் காய்ச்சி வடிகட்டி, அதில் பசு வெண்ணெய் 15 கிராம் போட்டு தினம் ஒரு வேளையாக 3 நாள் குடித்தால் சூட்டினுல் வரும் வயிற்று வலி, கடுப்பு, உடல் காங்கை ஆகியவை தீரும்.

கே: இரு மாதங்களாக எனக்குச் சாப்பிட்டவுடன் குமட்டல் வருகிறது. அதாவது உண்ட சோறு திரும்பி வருகிறது. இதனால் கெடுதல் ஏற்படுமா? இதற்கு மருத்துவம் கூறவும்.

ப: பஞ்ச தீபாக்கனி சூரணம் தினமும் 3 வேளை சாப்பிடவும்.

கே: எனக்கு 1 ஆண்டு 6 மாத காலமாக மூக்கின் வழியாகத் துர்நாற்றம் அடிக்கிறது. யாரிடமாவது பேசிக் கொண்டிருந்தால் ஏன் உன் மீது ஒரு வாசம் அடிக்கிறது என்று கூறுகின்றனர். ஆனால் நான் தினந்தோறும் தவறாமல் குளித்து வருகிறேன். உடம்பு நல்ல ஆரோக்கியத்தோடுதான் இருக்கிறேன். இவ்வாறிருந்தும் என் மீது ஒரு நாற்றம் அடிக்கிறதென்று கூறுகின்றனர். இது எவ்வாறு ஏற்படுகிறது? இதை நீக்க ஒரு வழி முறையையும் கூறுமாறு மிகுந்த பணிவுடன் கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

ப: பீனிச சம்பந்த நோய். முற்றிவிட்டது. எனவே இதற்கு முத்து, பவளம், கஸ்தூரி போன்ற உயர்தர மருந்துகளைப் பயன் படுத்த வேண்டும். உப சாந்தியாக தூதுவளையை சாப்பாட்டில் சேர்க்கவும்.

கே: என் வயது 35 திருமணம் ஆனவன். எனது வலது கால் துடையில் சிறு வலி ஏற்பட்டு ஒரு வாரத்தில் கணுக்கால் வீங்கி விட்டது. ஊசி போட்டதில் வீக்கம் குறைந்தது. ஆனால் நடந்து சென்றால் மறுபடியும் வீங்கி விடுகிறது. ஜுரம் வருவது கிடையாது. இதற்கு மூலிகை மருந்து ஏதேனும் இருந்தால் தயவு செய்து தெரிவிக்கவும்.

ப: வெள்ளருக்கன் இலையை பெருமணல் போட்டு வறுத்து அந்த இலையில் வைத்து, ஒரு துணியில் முடிச்சு கட்டி சூடு பொறுக்கும் வரை ஒத்தடம் கொடுக்கவும். இதனை ஒரு வாரம் செய்ய குணம் ஆகும்.

கே: ஊறுகாய்க்குப் போடுகின்ற மாங்காளி (மாகாளி) கிழங்கின் குணங்கள் என்ன? அதனால் நன்மையா தீமையா? தயவு செய்து தெரிவிக்க வேண்டுகிறேன்.

ப: மாகாளிக் கிழங்கு, இதனை பொதுவாக மக்கள் மாவிலைக் கிழங்கு என்று கூறுவர். இதனால் ஒரு கெடுதலும் வந்ததாக தெரிய

வில்லை! வெறுகாயுடன் சேர்த்து செய்ய நல்ல தூண்டியாக ஆகவும் மணம் ஊட்டியாகவும் வேலைச் செய்யக் கூடியது.

கே: ஐயா, சித்தரத்தை, வசம்பு, கஸ்தூரி, மஞ்சள் இவைகளை செடிகள் வைத்து வளர்த்து அதில் கிடைக்கும் கிழங்குகளை என்ன செய்தால் ஷை பயிருக்கு கொண்டுவர முடியும். சிறிது விளக்கம் தர வேண்டுகிறேன்.

ப: நீங்கள் குறிப்பிட்ட மூலிகைகளை காலம் நேரம் பார்த்து பக்குவத்தில் எடுத்து அதைப் பாடம் செய்ய வேண்டும். பழக்க பட்டவர்களுக்கு அது சுலபமாக முடியும்! எனவே நீங்கள் அதை பயிரிடுவோரிடம் அணுகி தெரிந்தப்பின் தெரிந்து கொண்டு செய்யுங்கள்!

கே: ஐயா, என் வயது 24. நான் நாலரை அடிதான் உள்ளேன். தேகம் மிகவும் மெலிதாக உள்ளது. எனக்கு விபரம் தெரிந்திலிருந்து 2 விதைகளும் கிடையாது. ஒரு வருடத்துக்கு முன் ஆங்கில அறுவை சிகிச்சையின்படி விதைகளை அதன் இடத்தில் கொண்டு வைத்தார்கள். இருந்தும் எந்த வளர்ச்சியும் உடலில் தோன்றவில்லை.

ப: அரைக்கீரையும் முருங்கைக் கீரையும் சாப்பிட்டு வாருங்கள்! எதற்கும் ஒரு முறை நேரில் வரவும்.

கே: ஐயா, செங்கழு நீர் கிழங்கை எப்படி சுத்தி செய்வது என்பதையும் தெரிவியுங்கள். நான் பார்த்த வரையில் செங்கழு நீர் கிழங்கு மருந்து சுத்தி பட்டியலில் கிடைக்கவில்லை.

ப: நீங்கள் குறிப்பிட்ட கிழங்குக்கு சுத்தி பாலில் அவித்தல் ஆகும்.

கே: நான் வெற்றிலை, பாக்கு, புகையிலை போடுவேன். எனவே இந்த புகையிலை போடும் பழக்கத்தை விட்டு விடலாமென எண்ணுகிறேன். எனவே புகையிலைக்குப் பதிலாக வெற்றிலை பாக்கோடு எதை சேர்த்து அடக்கி கொள்ளலாம் என்பதை தயவு செய்து தங்கள் மூலிகை மணியில் கேள்வி பதில் பகுதியில் வெளியிடுமாறு கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

ப: சாதிக்காய், சாதிபத்ரி, வால் மிளகு இவைகளை சேர்த்துக் கொண்டு புகையிலையை விட்டு விடவும்.

கே: எனக்கு வயது 16 என் தலைமயிர் சுருட்டை ஆவதற்கு என்ன வழி?

ப: தமிழ் மருத்துவத்தில் தலை மயிர் சுருட்டையாக ஆவதற்கு முறைகள் ஏதும் இல்லை!

கே: என் வயது 35. எனக்கு சிறிய வயதில் சோகை நோய் வந்தது அதை என் பெற்றோர்கள் கவனியாமல் இருந்து விட்டார்கள். பிறகு எனக்கும் உடல் குணமாகிவிட்டது. தற்போது மண்ணீரல் பெருத்து உள்ளது. 10 வருடங்களுக்கு முன் எனக்கு பேதி நோய் கண்டு கீழ்ப்பாக்கம் ஆயுர் வேத வைத்தியத்தில் சிகிச்சை அளித்தார்கள். அப்போது தான் எனக்கு ஈரல் வீங்கி இருப்பதாக எனக்கு தெரிந்தது. இப்போது 1 ஆண்டு காலமாய் எனக்கு பேதி நோய, வயிற்று இரைச்சல், மூல எரிச்சல், கைகால் அசதி, வயிற்றின் மேல் நரம்புகள் புடைத்து தெரிகின்றது.

இதற்கு என்ன காரணம் என்றும் ஈரல் ஏன் பெருத்து விட்டது என்றும் மூலிகை மணி இதழில் பதில் எழுதவும். என்ன மருந்து சாப்பிட வேண்டும் என்றும் பதில் எழுதுமாறு பணிவுடன் கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

ப: தினமும் பகல் உணவில் மஞ்சள் கரிசிலாங்கண்ணியை உணவுடன் சேர்த்து சாப்பிடவும். தமிழ் மருந்தில் அயம், மண்டூரம் போன்ற செந்தூரங்களை, தக்க அளவில் மருத்துவரின் உதவி கொண்டு சாப்பிட்டு வர பூரண குணம் கிடைக்கும்.

ட
முருகா.

சித்தர்கள் அருளிய

யோக இரகசியம்

[A. கமாலுதீன், பூலாம்பாடி P. O. பெரம்பலூர் Tk.]

— முன் மாதத் தொடர்ச்சி

எட்டு என்பது தமிழில்-அ. இரண்டு என்பது தமிழ் எண்ணில்-உ. இதை அகாரம், உகாரம் என்றும் கூறுவர். அ - என்பது சந்திர கலே. உ - என்பது சூரியகலே. இதைக் கூட்டுவது என்பது, சந்திர கலேயையும் சூரிய கலேயையும் ஒன்று சேர்ப்பதேயாகும்.

சத்தியாம் சந்திரனே செங்கதிரோனூடுருவில்
முத்திக்கு மூலமது. (ஔவைக் குறள்)

இஸ்லாம் மதத்தினர் அனைவரும் அறிந்திருக்கவேண்டிய முதல் மந்திரம் கலிமா என்பது. கலிமா என்பதுவே சுவர்க்க லோகத்தின் திறவுகோல் என்று இஸ்லாமிய வேதம் கூறுகிறது.

லா இலாஹ இல்லல் லாஹு
முகம் மதுர் ரசூ லில்லா ஹி.

இதுவே கலிமா. இது 24 அட்சரங்கள் கொண்டது. முதல் வரியிலுள்ள 12 அட்சரங்களில், ஹ, ஹு என்ற 2 அட்சரங்கள் பிரதானமானவை. இந்த கலிமாவின் பொருளை அறிந்து, உணர்ந்து அனுபவிப்பவனே இஸ்லாமானவன் என்று கூறிக்கொள்ள உரிமை உண்டு.

இதில் உள்ள ஹ, ஹு என்பதையே தமிழில் அ, உ, என்றும், எட்டும், இரண்டும் என்றும், அகாரம், உகாரம் என்றும், சந்திரகலே, சூரியகலே என்றும் கூறுகிரேம்.

இனி சுழிமுனே வாசலேத் திறக்கும் முறையைப் பற்றி கூறுவதை கவனிக்கவும். இதை அப்யசிப்பவர்களுக்கு வயது 24 (இருபத்து நான்கு) இருக்கவேண்டும். இந்த வயதில் தான் சுக்கிலம் (விந்து) நன்ருக விளேந்து பக்குவப்பட்டிருக்கும். 24 வயதுக்கு மேல் ஆரம்பிப்பதே வெற்றிபெற வழியாகும்.

சுழிமுனை வாசல் திறப்பதற்கான முறை

(1) தியானம் செய்வதற்குத் தனி அறையாக இருக்கவேண்டும். தியானம் செய்யும் போது மற்றவர்களுடைய தொந்திரவு இருக்கக் கூடாது. ஒரு தீபம் ஏற்றி வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். தீபத்தின் வெளிச்சம் அதிகமாக இல்லாமலும், மிகக் குறைவாக இல்லாமலும் சுமாரான வெளிச்சமாக இருக்கவேண்டும். தீபம் நேராக முன்புறம் பார்வையில் இல்லாமல் பக்கவாட்டங்களில் இருக்கும்படி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். நேராக தீபம் இருக்குமானால் மனம் நிலைத்து நிற்பது சிரமமாக இருக்கும். இரவு ஆகாரத்திற்கு முன் இரவு சுமார் 7-30 மணிக்கு மேல் ஆரம்பித்து அரை மணி நேரம் தியானம் செய்ய வேண்டும். தினமும் காலை, மாலை இரண்டு நேரங்களிலும் உணவு அருந்துவதற்கு முன் தியானம் செய்வது மிகவும் நல்லது.

(2) சுத்தமான வெள்ளை துணியை மடித்துப் போட்டு உட்கார்ந்து கொள்ள வேண்டும்.

(3) உட்கார்ந்த பிறகு சிறிது தண்ணீர் அருந்திக் கொள்ள வேண்டும். இதனால் தொண்டை வறட்சி ஏற்படாமல் இருக்கும்.

(4) வாசனைக்காக ஊதுவத்திக் கொளுத்தி வைத்துக்கொள்வது நல்லது.

(5) விரித்த துணியின்மீது சௌகரியம் போல் உட்கார்ந்து கொள்ளலாம். பத்மாசனம், சித்தாசனம் போன்ற ஆசன முறைகளை யும் கைக்கொள்ளலாம். பத்மாசனம் சிறந்தது. சுமார் அரை மணி நேரம் உட்கார்ந்திருக்கத் தகுந்தபடி இஷ்டம் போல் உட்கார்ந்து கொள்ளலாம்.

(6) தியானம் செய்யும் போது இடுப்பு, முதுகு, கழுத்து, தலை ஆகியவை நேராக நிமிர்ந்து இருப்பது மிக அவசியம். இத்துடன் கண்கள் கீழ்பார்வையாக இருப்பதும் முக்கியமாகக் கவனத்தில் இருக்க வேண்டிய விஷயங்களாகும். இப்படி கீழ்நோக்கிய பார்வையே சுழிமுனையில் கவனத்தை (நினைவை) சரியாக நிறுத்தத் தகுந்த சாதனமாகும்.

(7) தியானத்தில் உட்கார்ந்ததும் "எல்லா உயிரும் இன்புற்று வாழவேண்டும்" என்று நினைக்கவேண்டும். தியானத்தின் கடைசி யிலும் இதையே நினைத்து முடிக்கவேண்டும்.

(8) பிறகு புருவமத்தியில் நினைவை வைத்து மிகவும் கவனமாகப் புருவமத்தியைக் கூர்ந்து கவனிக்கவேண்டும். இப்போது மனம் எதை எதையோ நினைக்கும். இச்சமயம் இடுப்பை நன்றாக நிமிர்த்திக் கூர்ந்து

கவனிக்கவேண்டும். தராசுமுனை போல் மனதை நிறுத்தி சிறிய ஊசியின் துவாரத்தில் நூலை நுழைப்பது போலும், கடிகாரங்களை செப்பனிடும் போது கூர்ந்து கவனிப்பது போலும் மிகக் கூர்மையாகக் கவனித்தோமானால், மனம் எங்கும் போகாமல் அசைவற்றுப் புருவ மத்தியிலேயே நின்றுவிடும். இப்படிப் புருவமத்தியில் மனதை நிறுத்துவது தான் சுழிமுனை வாசலைத் திறக்கும் பரம இரகசியமாகும். மனம் புருவமத்தியில் சரியாக நிலைத்து விட்டதா? இல்லையா? என்பதை நாமே தெரிந்து கொள்ளலாம். தியானத்தில் புருவமத்தியைக் கூர்ந்து கவனிக்கும் போது நெற்றியில் ஒரு சிறுபாரம், துடிப்பு, அரிப்பு, கூச்சம், சிறுநோவு, பாதரச துளி போன்ற கனம் ஆகிய உணர்ச்சிகள் தோன்றும். இந்த தியானத்தைத் தவறாமல் தினமும் செய்து வந்தால் நிச்சயம் வெற்றி பெறலாம்.

புருவமத்தியின் உட்பாகத்தில் நெற்றியின் நடுவே சிறுஊசிமுனை அளவு துவாரம் இருக்கிறது. இந்தத் துவாரத்தை மெல்லிய ஜவ்வு மூடிக்கொண்டு இருக்கிறது. இந்த ஜவ்வு வெப்பத்தால் உருகும் தன்மை உடையது. நாம் புருவமத்தியைக் கூர்ந்து கவனிக்கும்போது மூக்குத் துவாரங்களின் வழியாக சுவாசம் வெளியே வராது. வாய்க்குள் அண்ணாக்கின் கடைசியில் உண்ணா (உள் நா) ஒன்று தொங்கிக் கொண்டிருக்கும். அதற்கடுத்து இரண்டு துவாரங்கள் உண்டு. இதை ஒரு முகம் பார்க்கும் கண்ணாடியை எடுத்து வாயை நன்றாக திறந்துகொண்டு கண்ணாடிக்குள் பார்த்தால் தெரியும். சாதாரண காலத்தில் நாம் சுவாசிக்கும்போது உள்ளிருக்கும் காற்று உண்ணாக்கின் அருகிலுள்ள இரண்டு துவாரங்களின் மூலமாக மூக்குத் துவாரத்திற்கு வந்து, மூக்குத் துவாரங்களின் வழியாக சுவாசம் வெளியே வரும். இது எல்லோருக்கும் எப்போதும் சாதாரணமாக நடைபெற்று வருகிறது.

ஆனால் தியானம் செய்யும் போது புருவமத்தியில் நமது மனதை (கவனத்தை) செலுத்துவதால் சுவாசமானது மூக்குத் துவாரங்களின் வழியாக வெளியே வராமல் நமது நினைவு இருக்கும் இடமாகிய புருவநடுவிற்குச் செல்லும். நினைவு இருக்குமிடத்தில் தான் சுவாசமும் இருக்கும். நினைவு அசைந்தால் சுவாசம் அசையும். நினைவும் சுவாசமும் ஒன்றே. நாம் புருவநடுவில் நினைவை நிறுத்தி தியானம் செய்யும்போது நமது மூக்கின் அருகில் யாரேனும் கையை வைத்துப் பார்த்தால் சுவாசம் வெளிப்பக்கம் வராதிருப்பதை அறியலாம்.

மூக்குத் துவாரங்களின் வழியாக வெளியே வராத சுவாசம் உண்ணாக்கின் அருகிலுள்ள மேலைத் துவாரங்களின் வழியாக புருவநடுவில் இருக்கும் ஊசிமுனை வாசலுக்குச் (சுழிமுனை வாசலுக்கு) செல்லும். அங்கிருந்து வேறுபக்கம் போக வழியில்லாததால் அங்கேயே சுழன்று

கொண்டேயிருக்கும். சுவாசம் வெப்பமுள்ளதாகையால் சுழிமுனை வாசலை அடைத்துள்ள ஜவ்வில் சுவாசத்தின் வெப்பம் தாக்கும். தகுந்த அளவு வெப்பம் உண்டானதும் ஜவ்வு உருகி சுழிமுனைவாசல் திறக்கும். இதற்கப்புறமுள்ள அதிசயங்கள் சொல்ல முடியாதவை. இதை அவரவர் அனுபவத்தில் அறியவேண்டியது. இந்தச் சுழிமுனை வாசலைத்தான் நெருப்பாறு, மயிர்ப்பாலம் என்று சொல்லுவது. நெருப்பாறு, மயிர்ப்பாலத்தைக் கடந்தால் வைகுண்டர், கைலாயம், சுவர்க்கம் எனப்படும் பதவியாகும். இதைத் தான் வள்ளல் பெருமான் அருட்பாவில், "ஆணிப் பொன்னம்பலத்தே கண்ட காட்சிகள் அற்புதக்காட்சி" என்று வர்ணித்துக் கூறுகிறார். ஏழு ஜவ்வுகள் என்பவை வடலூர் ஞானசபையிலுள்ள ஏழு திரைகளாகும்.

சுழிமுனை வாசல் திறந்ததும் "திரையற்று விட்டது செஞ்சுடர் தோன்றிற்று" என்றும், "எந்தையைக் கண்டேன் இடரெலாம் நீங்கினேன்" என்றும், "சத்திய ஞானசபை என்னுட் கண்டனன், சன்மார்க்க சித்தியை யான் பெற்றுக் கொண்டனன்" என்றும் கூறுகிறார்.

இந்த தியான முறையை குரு ஒருவர் தொட்டுக் காட்டிவிட்டால் மிகத்தெளிவாக அனுபவமாகிவிடும்; என்றாலும் முயற்சியுடன் விடாமல் பழகிவந்தால் குரு நிச்சயம் வருவார். பயனடையலாம்.

(9) இந்த தியானத்தை இரவு ஏழு மணிக்கு மேல் அமைதியாக இருந்து தினமும் அரை மணி நேரம் பயிற்சித்துவர வேண்டும். மற்ற நேரங்களில் ஓய்வாக இருக்கும் போதெல்லாம் சுழிமுனையிலேயே நினைவை நிறுத்திப் பழகவேண்டும்.

(10) தியானம் செய்யும் போது மனம் புருவநடுவில் சரியாக நிலைக்கவில்லையானால் ஒரு சொட்டுத் தண்ணீரை விரலால் தொட்டு புருவநடுவில் வைத்துக் கொண்டால் உணர்வு ஏற்படும். சில தினங்கள் இப்படிச் செய்தால் மனம் சரியாக நிலைத்துவிடும்.

இந்த தியானத்தை சாதி, மத, சமய பேதமின்றி அனைவரும் செய்து வரலாம். எந்தத் தொழிலைச் செய்பவரானாலும் செய்து வரலாம். எவ்வளவு பாபியானாலும், சண்டாளனானாலும் செய்து வரலாம். இந்த தியானத்தால் பாபியும் புண்ணியவானாகி விடுவான். சண்டாளனும் சன்மார்க்கனாகி விடுவான். இதனால்தான் வள்ளல் பெருமான் அவர்கள்

"குற்றம் புரிதல் எனக்கியல்பே
குணமாகக் கொள்ளுதல் உனக்கியல்பே"
"செய்தாலும் தீமையெலாம் பொருத்தருள்வான்"
"அடியேன் பிழையனைத்தும் பொருத்தாட்கொண்ட
அருட்கடலே"

என்றும் கூறுகின்றார். ஆதலால் எப்படிப்பட்ட பாபியானாலும், தியானத்தைச் செய்து வந்தால் உயர்ந்த நிலையை அடையலாம்.

யோக தியானத்தைச் செய்து சுழிமுனை வாசல் திறக்கப்பட்ட மகான்களின் வாழ்க்கையில் பயம் என்ற பேச்சே கிடையாது. "நாமார்க்கும் குடியெல்லாம் நமனை அஞ்சோம்" என்றல்லவா மார்தட்டித் தலை நிமிர்ந்து பாடுகிறார்கள்.

இப்படிப்பட்ட உயர்ந்த தியானத்தின் பயனை அறிவதற்காக அமெரிக்கா, பிரிட்டன், மேற்கு ஜெர்மனி ஆகிய நாடுகளின் விஞ்ஞானிகள் ஆராய்ச்சி நடத்தி அதன் பயனை அறிந்து, அதாவது ஏதோ ஒரு சிறிதளவு உலக விஷயமானப் பயனை அறிந்து இப்போதுதான் பத்திரிகைகளில் வெளியிட்டு வருகிறார்கள். தியானத்தில் அனுபவமுள்ள இந்திய யோகிகளைக் கொண்டு அவர்கள் நாட்டிலுள்ள பலருக்குத் தியான முறைகளைக் கற்றுக் கொடுக்கச் செய்து அவர்களைத் தனியாக வைத்து அவர்களுக்கு வேண்டிய எல்லா வசதிகளும் குறைவில்லாமல் செய்து கொடுத்துப் பயிற்சியின் பயனை ஆராய்ச்சி செய்து பத்திரிகைகளில் வெளியிட்டு வருகிறார்கள்.

எதற்கெடுத்தாலும் மேல் நாட்டினரின் வாயையே எதிர்பார்த்துக் கொண்டிருக்கும் நம் நாட்டு மேதைகளுக்கு ஒன்று கூற விரும்புகிறேன்

மேல் நாட்டினர் தியானம் என்றால் என்ன? என்பதைப் பற்றி இந்த இருபதாம் நூற்றாண்டில்தான் ஆராய்ச்சி செய்ய ஆரம்பித்துள்ளனர். நம் நாட்டினரோ பல்லாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்னிருந்தே தியானத்தின் பயனை அனுபவித்து எண்ணிறந்த சீடர்களுக்கும் போதித்துப் பயிற்சி கொடுத்து அனுபவித்து வருகின்றனர். மேல் நாட்டினர், நமது நாட்டு யோகியர், ஞானியர்களின் அனுபவத்திற்குவர இன்னும் எத்தனை ஆயிரம் ஆண்டுகள் ஆகுமோ தெரியவில்லை. அறிவு கீழ் திசையிலிருந்தே மேல் திசைக்குச் செல்லுகிறது. அறிவின் பிறப்பிடம் கீழ்திசைதான். சூரியனும் கிழக்கே உதித்துதான் மேற்கே செல்லுகிறது. ஆதலால் மெய்ஞ்ஞானத்திலிருந்துதான் விஞ்ஞானம் தோன்றியது என்பதை அறிவார்களாக.

விஞ்ஞானமும், மெய்ஞ்ஞானமும்

மேலே கூறப்பட்டத் தியான முறையையும் ஜோதி தரிசனத்தையும், இந்த விஞ்ஞானயுகத்தின் வெளிப்புறக் காட்சிகளில் மயங்கித் தவிக்கும் பலர் மறுக்கக்கூடும். மெய்ஞ்ஞானத்தை கொண்டுதான் விஞ்ஞானம் ஏற்பட்டது. விஞ்ஞானத்தில் வெளிப் பொருள்களைக்கொண்டு வெளிப்புறம் காணச் செய்கிறார்கள். மெய்ஞ்ஞானத்தில் நமது சரீரத்தி

லுள்ள சக்திகளைக் கொண்டே உட்புறக் காட்சிகளைக் கண்டு ஞானவான்கள் தனக்குத்தானே மகிழ்ந்து, ஆனந்த நிலையில், பேரானந்த நிலையில் இருக்கிறார்கள்.

விஞ்ஞான முறையுல் பாசிடிவ், நெகடிவ் என்ற இரண்டுவித சக்திகளைக் கொண்ட இரண்டு செப்புக்கம்பிகளின் இணைப்பால் மின்சக்தியை பயன் படுத்தி தற்காலர், உலகில் எவ்வளவோ தொழில்களும், அற்புதங்களும் நடைபெற்று வருகின்றன. பாசிடிவ் என்பது சூரியகலை, நெகடிவ் என்பது சந்திர கலை இதுவே சூரிய நாடி, சந்திர நாடி என்பதாகும். நாடி என்பது நமது சரீரத்திலுள்ள சிறு நரம்புகளுக்கு பெயர் இந்த சூரியநாடி, சந்திரநாடி என்ற இரண்டு சிறுநரம்புகளைப் போலவே மின்சார இயக்கத்தில் பாசிடிவ், நெகடிவ் என்ற இரண்டு செப்புக்கம்பிகள் மின்சாரத்தை இயக்குகின்றன. பாசிடிவ், நெகடிவ் என்ற இரண்டு கம்பிகளையும் இணைக்கும் டங்ஸ்டன் என்ற மெல்லிய கம்பியில் வெப்பம் உண்டாகி, மின் விளக்கில் பிரகாசம் ஏற்படுகிறது. இதுபோலவே சந்திர கலை, சூரிய கலை என்ற இரண்டு நாடிகளையும் இணைக்கும் சுழிமுனை வாசலுக்குள் அருட்பெருஞ்சோதியாகிவ அறிவு பிரகாசம் உண்டாகிறது. மின்சார பல்புக்குள் இருக்கும் வெட்ட வெளியில்தான் பிரகாசம் ஏற்படுகிறது. இதுபோல சுழிமுனை வாசலுக்குள்ளும் வெட்ட வெளி இருக்கிறது இந்த வெட்ட வெளியைத்தான் வள்ளல் பெருமான் பெருவெளி என்று கூறுகிறார்.

"வருவார் அழைத்துவாடி" என்று அருட்பாவிலுள்ள கீர்த்தனையில், "இதைவிட பெருவெளி இருக்கு தென்றுலிங்கு வருவார் அழைத்து வாடி" என்று குறிப்பிடுவது மேலே கூறப்பட்டப் பெருவெளிதான். மேலே கூறப்பட்டவைகளைக் கவனித்தால் மெய்ஞ்ஞானத்திலிருந்தே விஞ்ஞானம் ஏற்பட்டது என்பதில் சந்தேகமில்லை.

நண்பர்களே! நாம் மடமையில் மூழ்கிக் கிடக்கிறோமே மேலே கூறப்பட்டுள்ள உயர்ந்த நிலை நமக்கு கிடைக்குமா? அந்நிலையை நாம் அடைய முடியுமா? என்ற மனத்தளர்ச்சியோ! ஐயப்பாடோ!! வேண்டாம். அந்தக்காரம் குகையில் ஆயிரம் நாள் இருந்தாலும் செந்தீபம் கண்டவுடன் தீர்வதுபோல் என்றவரோ.

(கீதாச்சாரத்தாலாட்டு)

என்று கீதை வாக்கியம் கூறுகின்றது. எண்ணற்ற ஆண்டுகளாக குகைக்குள் இருந்த இருட்டானது விளக்கு வெளிச்சத்தை கண்டவுடன் ஓடி மறைந்து விடுவதுபோல் எவ்வளவு காலத்து மடமையாக (அஞ்ஞானமாக அறியாமையாக) இருந்தாலும் சுழி முனை வாசல் திறந்தவுடன் நீங்கி அருட்பெருஞ்ஜோதி ஆண்டவரோடு ஒன்றுபடலாம். ஆதலால் தளர்ச்சி அடையாமல் முயற்சிப்போமாக.

மூலிகை மணியின்
கடந்த ஒன்பதாண்டு மலரும், இதழ்களும்
கைவசம் சில பிரதிகளே உள்ளன.

1-வது ஆண்டு இதழ்-1, 5, 7, 11, 12
2-வது ஆண்டு இதழ்-1, 4, 7, 8, 9, 10, 11, 12
3-வது ஆண்டு இதழ்-1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11
4-வது ஆண்டு இதழ்-1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12
5-வது ஆண்டு இதழ்-1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12
6-வது ஆண்டு இதழ்-1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12
7-வது ஆண்டு இதழ்-1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12
8-வது ஆண்டு இதழ்-2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12
9-வது ஆண்டு இதழ்-1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12

மேலே குறிப்பிட்ட மூலிகை மணி இதழ்களில் தேவையானவற்றை குறிப்பிட்டு, ஒரு புத்தகம் விலை 50-காசு விதம் தொகையை M. O. அனுப்பினால் தபாலில் அனுப்பி வைக்கப்படும். V. P. P. கிடையாது.

மேலே குறிப்பிட்ட இதழ்கள், அனைத்தையும் ஒரே தடவையில் வாங்குபவர்கட்கு, பனிரண்டரை சதவீதம் கழிவு தரப்படும்.

□ ஆயுள் சந்தா ரூ. 150—00 செலுத்தி, சந்தா சேருவோர்க்கு மேல்கண்ட அனைத்து இதழ்களும் அன்பளிப்பாக அனுப்பிவைக்கப்படும்

மூலிகை மணி மருத்துவப் பயிற்சிக்கூடம்

தபால் மூலம் பாடப் பயிற்சி — (ஓராண்டுக் கல்வி)

அநேகர் வேண்டுகோளுக்கிணங்க சித்திரை மாத முதல் மூலிகை சித்த மருத்துவப் பாடங்கள் துவங்கி நடைபெறுகிறது. இதில் மாணவ, மாணவியர்களாகச் சேர்ந்து தபால் மூலம் பயின்று சித்த மருத்துவராகி, சேவை செய்ய ஓர் அரிய வாய்ப்பாகும். பயிற்சியின் இறுதியில் 15 நாட்களுக்கு நேர்முக வகுப்பும் — மூலிகைகளை அறிமுகம் செய்து, தேர்வு நடத்தி நற்சான்றிதழ்களை நமது மூலிகை மன்னர் கண்ணப்பர் அவர்கள் நேரில் வழங்குவார். விண்ணப்பதாரர் ரூ. 1—00 மணியார்டர் செலுத்தி, விண்ணப்ப விபரத்தாளை பெற்று மற்ற விபரங்களை அறிந்து, சேர்ந்து எளிய முறையில் உயர்ந்த மருத்துவத்தைக் கற்று மருத்துவராகப் பணி புரியலாம்.

விபரங்கட்கு :

மூலிகை மணி மருத்துவப் பயிற்சிக்கூடம்,
P. B. No. 126 — வேலூர். (வ. ஆ.)

மூலிகை காயகல்பம்

[முப்பு கலந்த முறை]

இம்முறை பல்லாண்டுகளாக ஆய்வுசெய்து, உடல் உள்ளம் ஆகிய இரண்டிலும் நல்ல தூய்மைசெய்து, நோய்களை நீக்கவல்லது சக்தி வாய்ந்த மருந்துகளையும், மூலிகைகளையும், மாறைப்பொருள் களையும் கொண்டு தயாரிக்கப்பட்டது.

இதனை நமது மூலிகை மணி வாசக, சந்தா அன்பர்களுக்கு மட்டும் விநியோகிக்க ஆசிரியர் அவர்கள் மேற்பார்வையில் தயாரித்த ஒன்றாகும். இம் மூலிகை காயகல்பம்—குறிப்பாக உடல் சக்தியிழந்தவர்களுக்கும் தாது, குருதி குறைந்து, இல்வாழ்க்கைக்கு தகுதியற்றவர்களாகத் தன்னைப் பல்விதத்திலும் பாழ்படுத்திக் கொண்டவர்கட்கு மிகவும் சிறப்பாக பலன் தரக்கூடியது.

நீடித்த நோய்களில் சக்தியை இழந்து விட்டவர்களும் 1-மண்டலம் (அல்லது) 2-மண்டலம் சாப்பிட்டுவர இயற்கையில் சக்தி ஊட்டம் பெற்று, இல்லற சுகங்களை மீண்டும் பெற வழியாகும்.

---

1. மூலிகை காயகல்ப பொடியும்,
   செந்தூரப் பொடியும்,
2. மூலிகை கலவை இளகல் (அரை கிலோ)

ஒரு செட் ரு. 140—00 ஆகும்.

V. P. P. யிலோ, அல்லது பார்சல்வழி அனுப்ப இயலாது.

இதனை நேரில்

மருத்துவர் ஆ. இரா. கண்ணப்பர், R. M. P.

அவர்கள் மருத்துவ ஆலோசனையுடன்

ஞாயிறு கிழமைகளில் மட்டும்

23, கிளப் ரோடு-கிழக்கு, ஷெனாய் நகர், சென்னை-30

மற்ற நாட்களில்

4, சாதுகார மடம் 2-வது தெரு, சலவன்பேட்டை, வேலூர்-1

முகவரிகளில் வந்து பெறலாம்.

பொன்னுங்கண்ணி தைலம்

அசல் பொன்னுங்கண்ணிக் கீரையால் முறைபடி தயாரித்தது. கண் ஒளிக்கும், பார்வைக்கும் சிறந்தது. தலைக்கு ஸ்னானமாகவும், தினம் தடவிக்கொள்ளவும் ஏற்றது. ஒரு புட்டி விலை ரூ. 5—00

தலைவலிக்கு தைலம்

அடிக்கடி தலைவலி வரும் அன்பர்கள் வாரம் இருமுறை இதனை தேய்த்து ஸ்னானம் செய்துவர படிப்படியாகத் தலைவலி நீங்கும்.

ஒரு புட்டி விலை ரூ. 5—00

புழுவெட்டு நீங்கத் தைலம்

தலையில் வரும் புழுவெட்டு, பொடுகு, ஆகியன நீங்க இதனை தினம் தலைக்குத் தடவி வரலாம். ஒரு புட்டி விலை ரூ. 5—00

செம்பரத்தம் பூ தைலம்

இளம் வயதினர்கட்கு முடி செழித்து வளர தலைக்குத் தடவி வந்தால் இத் தைலம் துணைபுரியும். ஒரு புட்டி விலை ரூ. 5—00

அவுரித் தைலம்

இள நரை, தலைமுடி உதிர்தல் நீங்கி முடி செழித்து வளர தினமும் தலைக்குத் தடவி வரலாம். ஒரு புட்டி விலை ரூ. 10—00

பித்தத்திற்குச் சூரணம்

காபி, டீ, புகையிலை மற்றும் பித்தம் தொடர்பான பொருள்களை அதிகம் பயன்படுத்துவோர், இந்த சூரணப் பொடியைப் பயன்படுத்தி பித்தத்தை நீக்கலாம். ஒரு பாக்கெட் விலை ரூ. 3—50

ஆவாரைப் பஞ்சாங்க சூரணம்

நீரிழிவு நோயுடையவர்கட்கு, அந் நோயைக் கட்டுப்படுத்தவும் காபி, டீ போன்ற பானங்கட்கு பதிலாக இதனை காபிபோல் பயன்படுத்தி நீரிழிவைக் கட்டுப்படுத்தலாம். ஒரு பாக்கெட் விலை ரூ. 5—00

தேவையான மருந்தைக் குறிப்பிட்டு, இத்துடன் தபால் செலவு ரூ. 3—00 சேர்த்து கீழ்க்கண்ட முகவரிக்கு மணியாடர் செய்தால் உடன் பதிவு பார்சல் மூலம் வரிசைக்கிரமமாக அனுப்பி வைக்கப்படும். மருந்துகள் ஒன்றுக்கு மேல் 2 (அ) 3 புட்டிகளுக்கு ரூ. 4—00ம், 4(அ)5 புட்டிகளுக்கு ரூ. 5—00 பார்சல் செலவு சேர்த்து அனுப்பவும்.

மணியாடர் கூப்பனில் தெளிவான விலாசமும், தேவையான மருந்துகளும் விபரமாக எழுதாவிடில் உடன் கவனிக்க இயலாது.

முகவரி :— **ஆ. இரா. கண்ணப்பர், R. M. P.**

59, மாசிலாமணி முதலி தெரு, வேலூர்-632001 (N. A.)

உ

முருகா.



—முன் மாதத் தொடர்ச்சி

நீர் சுருக்கிற்கு

அல்சி விதைத்தூள் 50 கிராம் எடை, அதி மதுரத்தூள் 50 கிராம், கொதிக்கும் த ண் ணீர் 10 அவுன்ஸ் இவைகளை சேர்த்து மூடி 4 மணி நேரம் பொறுத்து வடிகட்டி வைத்து இஷ்ட மான போதெல்லாம் 2 முதல் 4 அவுன்ஸ் வீதம் உட்கொள்ளுவதால் நீர்ச்சுருக்கு, இருமல், சீதபேதி, கல்லடைப்பு, நீர் அடைப்பு, மார் சளியோடு கூடிய ஜலதோஷம் இருமல், வெள்ளை விழுதல் இவை போகும்.

நீரடைப்பிற்கு

கள்ளிப்பால் 70 கி கேழ்வரகு மாவு 120 கி ஆகிய இரண் டையும் கலந்து அடுப்பில் வைத்துக் கிண்டி கழற்சிக் காய் அள வுள்ள உருண்டைகள் செய்து நாளொன்றுக்கு 3 உருண்டை வீதம் 3 நாள் கொடுக்கவும். பத்தியம் தயிர், பால் சாதம் ஆகும். காரம் ஆகாது.

கல்லடைப்பிற்கு

காட்டுப் பசலைக் கிழங்கை அரைத்து எலுமிச்சங்காயளவு

கொஞ்சம் மிளகு திப்பிலி சேர்த்து வெண்ணெயில் குழப்பிக் கொடுக்க கல் கரைந்து போகும்.

வெள்ளைக்கு

வாழைப் பழத்தில் சந்தன அத்தர் பொதிந்துக் காலை மாலை 7 நாட்கள் சாப்பிட வெள்ளை விழுதல் நிற்கும். பால் சாதம் சாப்பிட்டு காரம் புளி நீக்கவும் கைகண்ட முறை.

வெள்ளை வேட்டைக்கு

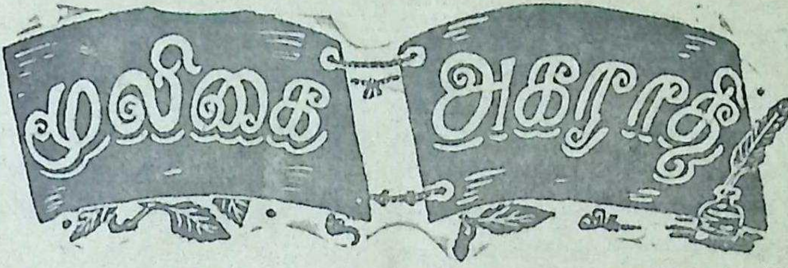
கால் படி சுண்ணும்புக்கல்லில் ஒரு படி தண்ணீர் விட்டு நீற்றுத் தெளிய வைத்து அரை கால் படி தெளிவு நீரை எடுத்து அதில் விசம்படி நல்லெண்ணெய் கலந்து குடிக்க வேட்டை நோய் தீரும். காலை கொடுக்கவும் இச்சா பத்தியம்.

இரத்த வெள்ளைக்கு

10 கிராம் பருத்தி இலையாவது மொக்கையாவது அரைத்து கால் ஆழாக்குப் பாலில் கலந்து காலை மாலை கொடுக்கப் போகும்.

(தொடரும்)

உ



— முன் மாதத் தொடர்ச்சி

நொச்சி

வேறு பெயர்கள் :— இந்திர சூரியம், நித்தில், நீர்க்குண்டி, நெர்க்குண்டி, சிந்துகம், சிந்து வாரம். ஆங்கிலம்: விட்டக்ஸ் நெகுண்டு தெலுங்கு : வாவில்லி, மலையாளம்: நொச்சி, கன்னடம்: பில் நெகி, சமஸ்கிருதம் : நீர்க்குண்டி, இந்தி : சாம்பலு.

விபரம்

நொச்சி தென் இந்தியாவுக்கு உரிய மூலிகை. ஆயினும் இந்தியாவில் பல பகுதிகளில் வளருகிறது. குறிப்பாக நொச்சியில் கரு நொச்சி, வெண் நொச்சி என இருவகைப்படும். இது இல்லாமல் நீர் நொச்சி என்றும் ஒருவகை உண்டு. கரு நொச்சி காண கிடைப்பது அரிது. வெண்ணொச்சியை நம் நாட்டில் தோட்டப் பயிருக்கு வேலியாக அமைப்பார்கள்

உபயோக உறுப்பு

இலை, பூ, வேர் ப்ட்டை. சுவை : கைப்பு, துவர்ப்பி, கார்ப்பு, வீரியம் : வெப்பம். பிரிவு : கார்ப்பு.

குணாதிசயம்

உடற்தேற்றி, வெப்பகற்றி, கோழையகற்றி, சிறுநீர்ப் பெருக்கி, துவர்ப்பி, குளிர்ச்சி யுண்டாக்கி.

பச்சிலை

வேறு பெயர்கள் :— தமாலதளம், மட்டிலை, பசும்பிடி. ஆங்கிலம் : சாந்தோனகமஸ், தெலுங்கு: பச்ச ஆக்கு, மலையாளம்: பச்சிலா, கன்னடம்: காம கஸ்தூரி, சமஸ்கிருதம்: பத்ரம்.

விபரம்

பச்சிலை மிகுந்த வாசனை உடையது. ''பரமனுக்கு ஒரு பச்சிலை'' என்று ஒரு பழமொழி உண்டு. எனவே கோவில்களில் பச்சிலையை அர்ச்சனைக்கு உபயோகப் படுத்துவார்கள். மருத்துவ பயனுக்கும் பயன் படுகிறது.

உபயோக உறுப்பு—இலை

சுவை: கைப்பு, வீரியம்: வெப்பம், பிரிவு: கார்ப்பு.

குணாதிசயம்

வெட்ப்பம் உண்டாக்கி, மணமுண்டாக்கி, நுட்புழு கொல்லி, பூச்சிக்கொல்லி, கோழையகற்றி.

பண்ணி மோந்தான் கிழங்கு

வேறு பெயர்கள் : முள்ளிக்காய், சிங்காரி. ஆங்கிலம் : டிராபப பிஸ்பின்னோஸா, தெலுங்கு: பாரிகாடா, மலையாளம்: முள்ளிகாய, இந்தி: சிங்காரா.

விபரம்

இது தண்ணீரில் வளரும் ஓர் வகைச் சிறு கொடி. இந்தியாவில் ஏரிகளிலும், குளங்களிலும், குட்டைகளிலும் வளரும். இதன் காய்க்கு முள் உண்டு. சில இடங்களில் வளரும் இப்பூண்டிற்கு இரண்டு முட்களும், வேறு சில இடங்களில் வளர்வதற்கு நாலு முட்களும் உண்டு. முட்கள் நேர் எதிர் பக்கங்களில் இருக்கும் விதையின் மேலோடு பச்சையாக இருக்கும் போது மிருதுவாகவும், முதிர்ந்தபோது கடினமாகவும் இருக்கும். உட்பருப்பு மிக இனிப்புள்ளது.

உபயோக உறுப்பு—விதை

சுவை: இனிப்பு, வீரியம்: சீதம், பிரிவு: இனிப்பு.

குணாதிசயம்

குளிர்ச்சியுண்டாக்கி, உடல் உரமாக்கி, வீக்கம் பரப்பி.

(தொடரும்)

அனுபவம் உணர்த்தும் உண்மை

பெ. குமாரசாமி,
இளநிலை எழுத்தர்

கள்ளக்குறிச்சி கூட்டுறவு சர்க்கரை ஆலை,
மூங்கில்துறைப்பட்டு & அஞ்சல்,
கள்ளக்குறிச்சி வட்டம். (தெ. ஆ. மா.)

ஐயா,

எனக்கு நாலைந்து நாட்களாக வயிற்றுப் போக்கு போய் கொண்டிருந்தது. குளோரோ ஸ்டெப் மெக்கோபேன் போன்ற ஆங்கில மருந்துகள் பலவற்றை சாப்பிட்டும் வயிற்றுப் போக்கு நிற்க வில்லை. ''மூலிகை மணி'' யில் கூறப்பட்டுள்ளபடி சீனு கல்கண்டை தூள் செய்து வாழைப்பழத்தில் பிசைந்து சாப்பிட்டேன். அன்று மாலையே வயிற்றுப்போக்கு நின்றுவிட்டது. என் உறவினர்களுக்கும் இம்முறையை கூறினேன். அவர்களும் இதை பயன்படுத்தி வெற்றி கண்டனர். ஆங்கில மருந்தால் நிறுத்த முடியாத வயிற்றுப்போக்கை எளிய தமிழ் மருந்தால் நிறுத்த முடிந்தது. பல் அரிய எளிய நோய்க்கும் எளிய மருந்தை கூறிவரும் தாங்கள் தமிழ் தெய்வம் தணிகை முருகனின் அருள் பெற்று பல்லாண்டு வாழ்க வாழ்க என வாழ்த்துகிறேன்.

ரா. ரங்கசாமி,

1-38, வெற்றிலைக்கார தெரு,
குனியமுத்தூர்.
கோவை-8.

ஐயா,

தங்களின் மூலிகை மணியை ஒரு வருடமாக கடையில் வாங்கி படித்து எனக்கிருந்த வயிற்றுவலி, அஜீரணம், முதுகுவலி இவைகளுக்கு குமரி கிருதம் 40 நாள் சாப்பிட்டபின் நலமுடன் இருக்கிறேன். வணக்கம். நன்றி.

எமது வெளியீடுகள் :

நம் நாட்டு மூலிகைகள்	1-ம் பாகம்	ரூ. 4	00
நம் நாட்டு மூலிகைகள்	2-ம் பாகம்	4	00
நம் நாட்டு மூலிகைகள்	3-ம் பாகம்	4	00
நம் நாட்டு மூலிகைகள்	4-ம் பாகம்	4	00
நம் நாட்டு மூலிகைகள்	5-ம் பாகம்	4	00
நம் நாட்டு மூலிகைகள்	6-ம் பாகம்	4	00
நோயும் மருந்தும்	1-2 பாகம்	3	00
நோயும் மருந்தும்	3-4 பாகம்	3	00
விஷ ஜந்துக்களும் மூலிகைகளும்		4	00
சித்த மருத்துவத்தின் கருப்பொருள்		2	00
புகழ் பெற்ற மூலிகைகள்		0	60
மனித உறுப்புக்களில் மூலிகைகளின் குணாதிசயங்கள்		0	60
பயன தரும் பத்துக் கீரைகள்		0	60
சக்தி தரும் சஞ்சீவி மூலிகைகள்		0	60
குழந்தைப் பிணிகளும் மூலிகை மருத்துவமும்		0	60

ஒரு புத்தகதிற்கு
தபால் செலவு 25-காசு சேர்த்து அனுப்பவும்.
மொத புத்தகமும் தபாலில் பெற
புத்தக விலையுடன் ரூ. 3—00 சேர்த்து கீழ்க்கண்ட
முகவரிக்கு மணியாடர் அனுப்பி பெறலாம்.

முகவரி :-

இரா. கண்ணப்பர்,

மூலிகை மணி அலுவலகம்

59, மாசிலாமணி முதலி தெரு. வேலூர்-1. (வ. ஆ.)

Printed at Mooligai Mani (P) Press, Vellore N. A.
Printer, Editor & Publisher Dr. A. R. Kannappar, R. M. P.
59, Masilamani Mudali Street, Vellore-632001.